SALUD / AUMENTO DE CASOS DE SARAMPION EN AMERICA ¿LOS ADULTOS DEBEN RECIBIR UNA DOSIS DE REFUERZO?

ECONOMIA / MAS COMERCIO, MENOS BUROCRACIA: EL CAMINO DE ARGENTINA EN AMERICA LATINA

DEPORTES / MANCHESTER CITY SUFRIO ANTE UN EQUIPO DE SEGUNDA DIVISION, PERO GANO SOBRE LA HORA

Revista FEM International

MARZO 2025 | EDICION # 157 | ESTADOS UNIDOS

CUARESMA 2025
INICIO Y DIAS CLAVES

DIA INTERNACIONAL DE LA MUJER

FEM INTERNATIONAL

Scan to discover !

https://bit.ly/revistasfem

Revista
FEM International

AHORA MAS CERCA QUE NUNCA

WhatsApp Business

GUARDE NUESTRO NUMERO

+1 551 254 8201

Somos parte de la comunidad Latina en el estado de Jew Jersey y aspiramos a seguir creciendo nuestra presencia aún más. Si desea dar a conocer su emprendimiento o tiene preguntas, simplemente contáctenos vía WhatsApp. Llegar a audiencias globales nunca ha sido más fácil que ahora.

SUSCRIBANSE GRATIS AQUI

http://bit.ly/revistafemwhatsapp

contents

8 Mando PS4 en IPhone: ¡Juega mejor!
9 Las condiciones clínicas del Papa Francisco es estable pero sigue necesitando ventilación mecánica
10 Aumento de casos de sarampión en América. ¿Los adultos deben recibir una dosis de refuerzo?
11 Guía comercial
18 Editorial
21 El 8 de Marzo: Día Internacional de la Mujer
24 Más comercio, menos burocracia. El camino de Argentina en América Latina

>> IR A TRENDING

28 Lagos del Norte de Italia—Parte 3
33 Radio Online
34 Colectivo Malagueño de Escritores
36 Niditos de mermelada
38 Cuaresma 2025” ¿Cuándo inicia y cuáles son los días clave de esta celebración?
42 Cineteca de Madrid

>> IR A SPOTLIGHT

46 Crueldad, prejuicio y dinero motivan la política antiinmigrante de Trump
49 Eventos
52 Los Papas también son seres humanos
53 Embajadores Para La Paz
54 Sobrevivientes del C19
56 No hay mujer sin hombre

>> IR A ENTRETENIMIENTO

64 Calendario ChampionsLeague
65 Racing asalta Río y se consagró campeón de la Recopa sudamericana por primera vez
66 Edinson Cavani aceptó culpa de la eliminación de Boca Juniors y habló del gol fallido ante Alianza Lima
67 Manchester City sufrió ante un equipo de segunda división pero ganó sobre la hora y avanzó a los Cuaros de final de la FA Cup

Revista
FEM International
¿POR QUÉ SE CELEBRA EL DÍA DE LA RAZA?
EL SEÑOR DE LOS MILAGROS
HISTORIA DE UNA TRADICION

Revista
FEM International
DIA INTERNACIONAL DE LA NO VIOLENCIA CONTRA LA MUJER
DIA DE ACCION DE GRACIAS
SIGNIFICADO DE ESTA FECHA

Revista
FEM International
NUESTRA SEÑORA DE GUADALUPE, PATRONA DE MEXICO
BERLIN, 35 AÑOS SIN MURO
¡FELIZ NAVIDAD!
LAS TRADICIONES DE NAVIDAD EN NUESTROS PAISES

Revista
FEM International
DIA DE MARTIN LUTHER KING, JR.
CHINESE NEW YEAR
2025 EL AÑO DE LA SERPIENTE DE MADERA

Revista
FEM International
FELIZ DIA DE LOS PADRES
SALUDANDO A PAPA EN SU DIA

Revista
FEM International
FELIZ DIA DE INDEPENDENCIA PERU
FELIZ DIA DE INDEPENDENCIA
SALUDAMOS
A TODA LA NACION AMERICANA

Revista
FEM International
FELIZ DIA DE INDEPENDENCIA ECUADOR, BOLIVIA Y URUGUAY
SALUDAMOS A NUESTROS PAISES HERMANOS
DIA INTERNACIONAL DE LA JUVENTUD

Revista
FEM International
HAPPY LABOR DAY! ¡FELIZ DIA DEL TRABAJO!
REESTRUCTURACION
"MUJER Y HOMBRE: UNIDOS EN LA RENOVACION DE LA HUMANIDAD"

Revista
FEM International
Día de los enamorados
¿Quién fue San Valentín y por qué se celebra?

Revista
FEM International
SEMANA SANTA
HISTORIA Y COSTUMBRES EN OTROS PAISES

Revista
FEM International
DIA DE LA CONCIENTIZACION SOBRE EL AUTISMO
AUTISM AWARENESS MONTH

Revista
FEM International
¿QUE SE CELEBRA EL 5 DE MAYO?
FELIZ DIA DE LAS MADRES
HAPPY MOTHER'S DAY!

Revista
FEM International
EL SEÑOR DE LOS MILAGROS
HISTORIA DE UNA TRADICION

Revista
FEM International
SALUD
HISTORIA
ESPECTACULOS
DIA DE ACCION DE ACCION DE GRACIAS
SIGNIFICADO DE ESTA FECHA

Revista
FEM International
GASTRONOMIA
NACIONAL
¡Feliz Navidad!
SON LOS DESEOS DEL EQUIPO DE FEM INTERNATIONAL GROUP

Revista
FEM International
AÑO NUEVO CHINO 2024
AÑO DEL DRAGON DE MADERA

La nueva generación de la radio online

https://bit.ly/luna9radiodigital

/luna9radio
Facebook

@luna9_radio
Instagram

/luna9radio
X

MANDO PS4 EN IPHONE: ¡JUEGA MEJOR!

Fuente: Tecnología Geeks y gadgets, móviles, informática, electrónica

Los juegos en móviles han avanzado mucho. Ahora, tenemos títulos con gráficos de consola y jugabilidad profunda. Pero, a veces, la pantalla táctil no es suficiente. ¿Sabías que puedes usar tu mando de PlayStation 4 para jugar en tu iPhone? Así es, y es más fácil de lo que piensas. Usar tu mando PS4 en iPhone te permitirá disfrutar aún más de los juegos.

¿Por qué usar un mando de PS4 en tu iPhone?

- **Mayor precisión:** Un mando físico ofrece mayor control y precisión que la pantalla táctil.
- **Comodidad:** Jugar con un mando es más cómodo, especialmente en sesiones largas. Además, usar un mando PS4 en iPhone evita la fatiga de usar la pantalla táctil.
- **Inmersión:** La sensación de un mando de consola mejora la experiencia de juego.
- **Aprovecha lo que tienes:** Si ya tienes un mando de PS4, no necesitas comprar uno nuevo.

Requisitos previos

Antes de empezar, asegúrate de tener lo siguiente:

- Un iPhone con iOS 13 o posterior.
- Un mando de PS4 (DualShock 4).
- Batería suficiente en ambos dispositivos.

Pasos para conectar el mando de PS4 a tu iPhone

1. **Activar el modo de emparejamiento en el mando de PS4:**
   - Asegúrate de que el mando esté apagado.
   - Mantén presionados los botones "PS" y "Share" al mismo tiempo.
   - La luz del mando empezará a parpadear, indicando que está en modo de emparejamiento.
2. **Conectar el mando en tu iPhone:**
   - Ve a "Configuración" en tu iPhone.
   - Toca "Bluetooth".
   - Busca "DUALSHOCK 4 Wireless Controller" en la lista de dispositivos.
   - Selecciona "DUALSHOCK 4 Wireless Controller" para completar el emparejamiento.
   - Una vez que se conecta, la luz del mando se pondrá de un color fijo.
3. **Comenzar a jugar:**
   - Abre un juego compatible con mandos en tu iPhone.
   - El mando debería funcionar automáticamente.
   - Puedes comprobar los juegos compatibles en App Store, o en la descripción de el juego. Juega con tu mando PS4 en iPhone para una mejor experiencia.

Consejos adicionales

- No todos los juegos de iPhone son compatibles con mandos. Verifica la compatibilidad antes de jugar.
- Si tienes problemas de conexión, asegúrate de que el Bluetooth esté activado y de que el mando tenga batería suficiente.
- Si el mando no se conecta eliminar el dispositivo bluetooth vinculado en el iPhone y repetir los pasos nuevamente.

Mantén actualizado tu sistema operativo de IOS, para evitar problemas de compatibilidad.

Juegos compatibles

Muchos juegos populares de iPhone admiten mandos, incluyendo:

- "Call of Duty: Mobile"
- "Genshin Impact"
- "Minecraft"
- "Asphalt 9: Legends"

Solución de problemas comunes

- **El mando no se conecta:**Verifica que el Bluetooth esté activado.Reinicia el mando y el iPhone.Asegúrate de que el mando tenga batería suficiente.Comprueba las actualizaciones de software disponibles.
- **El mando no funciona en un juego:**
  * Verifica que el juego sea compatible con mandos.
  * Revisa la configuración del juego.

Ventajas de jugar con un mando

Jugar con un mando de PS4 en tu iPhone ofrece varias ventajas:

- **Mejor control:** Los botones físicos y los joysticks analógicos brindan un control más preciso.
- **Experiencia más inmersiva:** Jugar con un mando se siente más como jugar en una consola.
- **Menos fatiga:** Jugar con un mando es más cómodo que usar la pantalla táctil durante largos periodos. Al hacerlo, disfrutas más usando el mando PS4 en iPhone.

Consideraciones Finales

Conectar un mando de PS4 a tu iPhone es una forma excelente de mejorar tu experiencia de juego móvil. Es fácil de hacer y te permite disfrutar de tus juegos favoritos con mayor control y comodidad. ¡Así que desempolva tu mando de PS4 y empieza a jugar en el iPhone!

LAS CONDICIONES CLINICAS DEL PAPA FRANCISCO ES **ESTABLE PERO SIGUE NECESITANDO VENTILACION MECANICA**

Fuente: Infobae

Después de su última crisis de broncoespasmo, las condiciones clínicas del papa han recuperado una cierta estabilidad, pero sigue necesitando ventilación mecánica no invasiva, informa el Vaticano.

A lo largo del día de hoy ha alternado ese tipo de ventilación con el tratamiento con oxígeno de altos flujos por cánulas que había estado siguiendo en los últimos días, y ha mantenido siempre una buena reacción a los intercambios gaseosos. No tiene fiebre y no ha vuelto a sufrir nuevos episodios de broncoespasmo.

Este sábado "el Santo Padre está apirético (es decir, sin fiebre) y no muestra leucocitosis (recuento alto de glóbulos blancos que significa que hay demasiados leucocitos circulando por la sangre, por lo general, debido a una infección)", informa el Vaticano en su último parte de salud. Fuentes vaticanas apuntan que los médicos expresan una cierta cautela todavía para sacar más conclusiones de su estado, que continúa delicado, y de las consecuencias que ha tenido la crisis de broncoespasmo que sufrió el viernes por la tarde; por eso el equipo médico sigue manteniendo un pronóstico reservado y se dan unas horas para dar más detalles. De hecho, el viernes se dieron entre 24 y 48 horas para evaluar si había habido un empeoramiento. Sus parámetros hemodinámicos (los referidos a la sangre) se han mantenido estables, ha comido (puede comer sólido), y ha participado activamente en la fisioterapia respiratoria que lleva también ejercitando desde hace días.

Su humor, afirman fuentes vaticanas, es bueno. La Santa Sede apunta a que Jorge Bergoglio está orientado y consciente y que de hecho esta tarde ha recibido la eucaristía y después se ha dedicado 20 minutos a la oración en la capilla del hospital, lo que significa que se puede mover y desplazar aunque con cierta dificultad (pero la misma o parecida con la que lo hacía antes de ser ingresado). La jornada de hoy ha consistido en descansar y recuperarse y no se ha dedicado a trabajar como ha estado haciendo en estos últimos días.

El pontífice sufrió ayer un broncoespasmo con inhalación de vómito que obligó al equipo médico a intervenir rápidamente con una broncoaspiración y ventilación mecánica no invasiva. Esta noche la ha pasado tranquilo y ahora está descansando, informa el Vaticano.

Este viernes se cumplieron dos semanas desde que el papa Francisco fue hospitalizado el pasado 14 de febrero en el hospital Policlinico Gemelli de Roma a causa de una infección respiratoria polimicrobiana (es decir, una mezcla de virus y bacterias y otros organismos), que pronto se confirmó como una neumonía bilateral en ambos pulmones, lo que requería medicación adicional.

La Zona Infantil

A colorear

fem

FEM INTERNATIONAL GROUP

Download el dibujo aquí GRATIS:
https://bit.ly/FEMzonainfantil

AUMENTO DE CASOS DE SARAMPION EN AMERICA **¿LOS ADULTOS DEBEN RECIBIR UNA DOSIS DE REFUERZO?**

Fuente: Infobase

Los brotes de la infección altamente contagiosa en tres países encendieron las alarmas. Cinco expertos de los Estados Unidos y Argentina explicaron a Infobae cuál es la situación actual y dieron recomendaciones

El virus del sarampión se está propagando más en 2025 en América. Hay brotes en los Estados Unidos, Canadá y Argentina, y los afectados tienen algo en común: la mayoría son niñas, niños o adolescentes que no estaban vacunados.

Los mayores de 18 años también pueden ser alcanzados por la infección y sufrir complicaciones, especialmente si forman parte de grupos vulnerables.

Durante 2025, en los Estados Unidos, se notificaron 3 brotes de sarampión (CDC)

"Hoy los adultos que nacieron en Argentina después de 1965 deberían ocuparse de revisar si están vacunados contra el sarampión con el esquema completo, chequear si recibieron las dos dosis y consultar con su médico de cabecera para que evalúe la situación personal", dijo a Infobae Gabriela Vidal, de la comisión de vacunas de la Sociedad Argentina de Infectología (SADI).

Desde Texas, Estados Unidos, el doctor Rodrigo Hasbun, profesor de Medicina en la Sección de enfermedades infecciosas de la Facultad de Medicina McGovern, dijo: "La recomendación es que verifiquen su inmunidad mediante la medición de los niveles de anticuerpos para los tres virus incluidos en la vacuna, el sarampión, las paperas y la rubéola. Si los adultos no están inmunes, deberían recibir la dosis para protegerse de brotes".

Qué pasa con el sarampión en América

Durante 2025, en los Estados Unidos, se notificaron 3 brotes. Cada uno incluye tres o más casos relacionados. El 21 de febrero pasado, los Centros para el Control y la Prevención

de Enfermedades (CDC) informaron que el 92% del total de casos confirmados (86 de 93) estaban asociados a los tres brotes.

En comparación, en 2024 se habían notificado 16 brotes y el 69% de los casos (198 de 285) estaban asociados a brotes. El miércoles pasado, el Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas (DSHS) confirmó la muerte de un niño que no estaba vacunado en ese estado. Fue la primera muerte en ese país por esa enfermedad prevenible desde 2015 hasta ahora.

Como informó Infobae el viernes pasado, el DSHS confirmó un total de 146 casos de sarampión en el brote que afecta a la región de South Plains desde finales de enero.

En tanto, en los dos primeros meses del año, se registraron 95 casos de sarampión en Canadá, una cifra que contrasta con los 147 casos de todo el año pasado.

En el otro extremo del continente, en la Argentina, también se desarrolla un brote. Hasta el viernes pasado había 6 casos confirmados en la ciudad de Buenos Aires, según informó el Ministerio de Salud porteño a Infobae.

El tercer caso que se detectó era un paciente de 40 años que tenía las vacunas aplicadas en la infancia. Según explicó a Infobae el subsecretario de la cartera de Salud Gabriel Battistella "en algunos casos la protección puede decaer con el paso del tiempo. Eso ocurre muy raramente. Lo más importante hoy es que las niñas, los niños, y los adolescentes se apliquen las dosis que corresponden. Los adultos pueden consultar con su médico de cabecera".

En provincia de Buenos Aires, hasta el viernes no se habían detectado casos de sarampión. Pero sí había personas que estaban en seguimiento por haber sido contacto de pacientes en Capital, de acuerdo con Teresa Varela, directora de vigilancia epidemiológica y control de brotes del Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires, en diálogo con Infobae.

En el territorio bonaerense se inició una campaña de sensibilización y vacunación con una dosis extra para las personas que tuvieron contacto con los casos confirmados en Capital.

"Los mayores hoy deben controlar si tienen el esquema completo de vacunación contra el sarampión. Los nacidos después de 1965 deben tener 2 dosis de vacuna triple viral o doble viral", precisó Varela.

Los adultos que recibieron las dos dosis de vacuna cuando eran niños, hoy no tienen que darse un refuerzo, incluso si están en el contexto de un brote o son contacto estrecho, explicó.

Por supuesto, la inmunización en los menores también es clave. Desde los 12 meses de vida, los niños deben recibir una dosis de la vacuna triple viral. Desde los 5 años de vida, otras dos dosis de triple viral.

¿Los adultos deben vacunarse contra el sarampión cuando hay brotes?

José Antonio Lucar, graduado como médico en la Universidad Peruana Cayetano Heredia y ahora profesor asociado de la división de enfermedades infecciosas de la Universidad George Washington, en diálogo con Infobae desde los Estados Unidos, respondió: "En el contexto de brotes, hoy la mayoría de las personas diagnosticadas no tenía la vacunación previamente".

Se recomienda averiguar por la documentación de que se recibió las dosis de vacuna contra el sarampión en el pasado, aconsejó. También se pueden hacer pruebas de laboratorio para detectar si se tuvo la infección o la vacunación. "Los adultos que nacieron antes 1957 en EE.UU. fueron expuestos al virus del sarampión y se considera que tienen inmunidad hoy", dijo.

En cambio, si hay personas que no tienen prueba de que cuenten con inmunidad, de que hayan recibido las dosis o que hayan tenido la infección y si tienen alto riesgo de exposición, como el caso de los profesionales de la salud o viajeros, deben recibir dos dosis de vacuna contra el sarampión con un intervalo de 28 días.

"En este momento no se recomienda un programa de revacunación para personas adultas que ya hayan recibido las dos dosis en el pasado", expresó Lucar.

LUNA 9
RADIO DIGITAL
La nueva generación de la radio online

La nueva generación de la radio online

RADIO DIGITAL

DESDE
NEW JERSEY

ESCUCHANOS EN VIVO

Disfruta de buena música de todos los géneros, durante toda la semana.

Consentimos tus oídos con la mejor música

ZENO

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

myTuner

WHATSAPP DE LA RADIO
+1 551 327 2498

LLAMADAS EN VIVO
1 201 305 0841

https://bit.ly/luna9radiodigital

SIGUENOS EN YOUTUBE

Join us on

YouTube

https://www.youtube.com/@feminternationaltv

Disfruta de entrevistas, videos comerciales, podcast, radio en vivo, eventos culturales y mucho más en nuestro canal oficial de YouTube.

Revista
FEM International

RECIBA NUESTRA EDICION DIGITAL CADA MES

DIRECTAMENTE EN SU CORREO

SIGN UP!

ENTERESE DE NOTICIAS INTERNACIONALES,
RECETAS GASTRONOMICAS, TURISMO,
TEMAS DE MOTIVACION, LIDERAZGO, DEPORTES,
DESAFIOS FINANCIEROS, INMIGRACION Y MAS.

MANTENGANSE INFORMADOS CON FEM INTERNATIONAL MAGAZINE

http://eepurl.com/ggiPT1

GRUPO FEM INTERNATIONAL

Francisco H Isla
Editor in Chief de FEM International Group

María A Isla
Vice Presidente de FEM International Group

Dr. Antero Flores Aráoz
Abogado del Perú & Columnista Honorario

Silvia Alicia Noceda
CEO D´ Nonna Silvia Dulces & Columnista de Gastronomía

Maribel Hastings
Asesora Ejecutiva de America's Voice & Columnista de Inmigración

Irene Abecia Navarro
Guía de turismo desde España & Columnista de "Destinos"

María Librada Hinojosa
Escritora, poetisa & Columnista de Motivación

María Luisa Alcalá
Escritora, terapeuta sistémica, tanatóloga & Columnista de "Vida y Bienestar"

Teodoro Alfredo Sosa
Artista plástico y de teatro. Columnista de "Dejando Huellas"

Isabel María Valencia
Presidenta del Colectivo Malagueño de Escritores & Columnista Cultural

CONTACTOS

DEPARTMENTO DE VENTAS	Agustin García (201) 351-3907
VENTAS INTERNACIONALES	Perú +51 98902944
SUSCRIPCIONES	https://bit.ly/FEM_Suscripcion
CANAL DE WHATSAPP	https://bit.ly/revista_fem_group
CANAL DE TELEGRAM	https://t.me/revista_fem_international

https://bit.ly/revistasfem

CONDICIONES

©FEM International Magazine ® (***Fe y Esperanza Magazine LLC***) is a Registered Trademark. The products and services promoted in this magazine are responsibility of their owners. The articles written for this magazine are responsibility of their writers. Graphic designs and or ads created for advertising purposes are intellectual property of Fe y Esperanza Magazine LLC. Each ad is personalized for our sponsors.
Partial or full reproduction is prohibited.

amazon.com BEST SELLING BOOK

Presentación del libro:

ELA:
UNA PRUEBA DE FE

MARIA LUISA ALCALA

Historia real contada desde el corazón, que narra las experiencias vividas por la familia cuando uno de sus integrantes recibe el diagnóstico con la enfermedad Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA)

amazonkindle amazon

https://amzn.to/48p14DO

COMUNICATE CON NOSOTROS

DRA. PAULINA TEJERA

Médico especialista en Pediatría con Capacitación en Reanimación Neonatal y Pediátrica.

Certificada como Consejera en Lactancia Materna y Diplomada en Nutrición Pediátrica con conocimiento para el manejo integral del niño Picky eater.

REALIZA TU CONSULTA

+52 562 130 392

Colonia Roma Sur.
Delegación Cuauhtémoc,
CDMX

UNETE A NUESTRO CHAT DE
Telegram
LUNA 9
CONVIERTETE EN PARTE DE NUESTRA COMUNIDAD DE TELEGRAM Y ENTERATE DE NUESTRA PROGRAMACION Y MUCHO MAS
Escanea aquí
https://t.me/Luna9radiochat

LAW OFFICES OF INGRID ECHEVERRIA ATTORNEYS AT LAW
MAS DE 15 AÑOS DE EXPERIENCIA
¡LA ABOGADA DE LOS LATINOS!
NUESTROS SERVICIOS
Deportation Defense
DACA
Residencia y Ciudadanía
Leyes de Familia / Divorcio
Custodia / Soporte para Niños
Abuso Infantil
Violencia Doméstica
Defensa de Deportación
Corte Municipal
Defensa por DUI
424-57th Street,
West New York, NJ 07093
INFORMES
201 295 8999
551 313 3191
Abogada Ingrid Echeverria
echeverriaimmigrationtv

fem
FEM INTERNATIONAL GROUP
LA FAMILIA DE
FEM INTERNATIONAL
GROUP
AGRADECE A SUS PATROCINADORES
POR SU CONSTANTE APOYO

Xpertax CORP
Jorge Arana Jr.
30 plus Years of Experience
¡LLEGO la Temporada de TAXES!
Ponte al Día con tus impuestos
LLAMANOS para una CITA
(201) 869 1804
910 80th Street, North Bergen, NJ 07047
Personal & Business Taxes
Profit & Loss Statement
Income Tax for all 50 States
Sales & Use Tax
Past Year Taxes & New ITIN numbers
Business Formation & Payroll Service
Realizamos todo tipo de Traducciones y Notarizaciones
Authorized IRS e-file Provider
NOTARY PUBLIC
www.xpertaxcorp.com
xpertaxcorp@gmail.com

[editorial]

¡Feliz Día Internacional De la Mujer!

Marzo llega con una energía especial. Es un mes que nos invita a reflexionar, a reconocer y a celebrar la fortaleza, la valentía y los logros de las mujeres en todo el mundo. En FEM International Magazine, nos sumamos a esta conmemoración con una edición que rinde homenaje al Día Internacional de la Mujer, una fecha que no solo celebra, sino que también reivindica los derechos, los avances y los desafíos que aún quedan por superar.

En esta edición, seguimos explorando el mundo a través de nuestra sección Destinos, donde los viajes nos permiten descubrir culturas, historias y paisajes inolvidables. También deleitaremos el paladar con una nueva receta de D' Nonna Silvia, perfecta para compartir en familia o con amigos.

La salud, la economía, el deporte y la cultura son pilares fundamentales de nuestra revista, y en este número, abordamos temas de gran interés que impactan nuestra vida diaria. Además, les traemos un artículo especial sobre la Cuaresma 2025, una temporada de reflexión y renovación espiritual que muchas personas alrededor del mundo viven con gran devoción.

Pero eso no es todo, porque tenemos una invitación especial que no pueden perderse: la 5ta edición de nuestro Festival Internacional del Libro, un espacio donde la literatura se convierte en un puente para la inspiración y el conocimiento.

Cada página de esta edición ha sido pensada para ustedes, nuestros lectores, con el compromiso de seguir informando, inspirando y acompañándolos en este camino de crecimiento y aprendizaje. Los invitamos a leer, disfrutar y compartir FEM International Magazine con sus contactos, para que juntos sigamos construyendo un mundo más equitativo, informado y lleno de oportunidades.

¡Feliz lectura y feliz mes de la mujer!

Francisco Isla
ENTREPRENEUR

► IR A CONTENIDO

“Cuando una mujer avanza, ninguna se queda atrás” — Isabel Allende

Desde hace más de 100 años, el 8 de marzo es un día que celebra los derechos conquistados por las mujeres en todos los ámbitos y conmemora la larga historia de luchas y sacrificios para conseguirlos.

8 DE MARZO

DIA INTERNACIONAL DE LA MUJER

8 DE MARZO: DIA INTERNACIONAL DE **LA MUJER**

Fuente: Infobae, Alfredo Romano

En la actualidad, durante esta jornada, se organizan marchas y manifestaciones en todo el mundo para denunciar que todavía queda mucho camino por recorrer hasta alcanzar esta deseada igualdad real entre hombres y mujeres. Pues muchos datos confirman precisamente esto, que en muchos países nacer mujer es un lastre social.

Algunas de las proclamas que más se escuchan durante la jornada de protesta son la reclamación de la equiparación laboral y salarial, una presencia igualitaria en puestos políticos y empresariales relevantes, el rechazo a la violencia de género, así como la exigencia de más políticas para detenerla: en definitiva, un empoderamiento completo de las mujeres en el marco de la sociedad actual.

Los motivos por los que se estableció un día para reivindicar el lugar de la mujer en la sociedad parece que están claros. Sin embargo, ¿por qué hacerlo precisamente un 8 de marzo? Si echamos la vista atrás, encontramos más de un antecedente histórico, y no está claro cuál fue el más determinante.

Fechas clave de la lucha feminista

En marzo de 1857, en el marco de la Revolución industrial, las trabajadoras de una fábrica textil de Nueva York salieron a la calle a protestar en masa por las duras condiciones de trabajo. Si bien es cierto que en ese momento las condiciones laborales de todos los trabajadores eran durísimas, la precariedad se cebaba especialmente con la parte femenina del sector, cuyos salarios podían llegar a ser menos de la mitad que los de los hombres solo por el hecho de ser mujeres. Las protestas terminaron con la intervención violenta de la policía contra las manifestantes, pero aquella manifestación sentó un primer precedente gracias a su gran repercusión.

Manifestación del Partido Nacional de la Mujer frente a la Casa Blanca en 1918.

En 1907 tuvo lugar la primera Conferencia Internacional de Mujeres Socialistas en Stuttgart, Alemania, liderada por Clara Zetkin, donde se fundó la Internacional Socialista de Mujeres. Uno de los primeros objetivos que perseguían era el sufragio femenino.

El primer Día Internacional de la Mujer

Para mostrar apoyo a la huelga que las trabajadoras textiles llevaron a cabo en Nueva York en 1908 –una huelga que, junto con la de 1857, pasaría a la historia–, en 1909 una organización de Mujeres Socialistas celebró en EE.UU. el primer Día Internacional de la Mujer. Aunque solo tuvo seguimiento en Nueva York y Chicago, se calcula que unas 15.000 mujeres participaron en una marcha que recorrió la ciudad de Nueva York.

En 1910, tuvo lugar el segundo encuentro Internacional Socialista de Mujeres, en Copenhague, Dinamarca. En esta ocasión, se propuso fijar un día simbólico –en torno al 8 de marzo– que sirviera para reivindicar los derechos de todas las mujeres, principalmente el derecho al voto.

El siguiente año, se celebró por primera vez el Día Internacional de la Mujer el 19 de marzo en algunos países europeos como Alemania, Austria, Dinamarca y Suiza.

Los grandes conflictos de una centena de años tan convulsa como el siglo XX ayudaron a afianzar el papel de la mujer, y a lo largo de las siguientes décadas muchas organizaciones de mujeres de otros países se fueron uniendo a las reivindicaciones que se llevaban a cabo durante el mes de marzo. Hasta que en 1975 la ONU reconoció el día de manera oficial.

Es cierto que no resulta sencillo fijar un solo acontecimiento como el motivo por el que se escogió el 8 de marzo, por ello se ha de entender como una lucha en conjunto, un esfuerzo prolongado en el tiempo. Así, se entiende cómo cada generación ha ido heredando el deber de luchar por sus derechos y por los de las generaciones venideras.

Día Internacional de la Mujer 2025 – Para las mujeres y niñas en TODA su diversidad: Derechos, igualdad y empoderamiento

El 8 de marzo de 2025 unámonos para celebrar el Día Internacional de la Mujer con el tema "Para las mujeres y niñas en TODA su diversidad: Derechos, igualdad y empoderamiento".

El tema de este año representa un llamado a la acción que puede ampliar la igualdad de derechos, poder y oportunidades para todas, y un futuro feminista en el que no se deje a nadie atrás. El empoderamiento de la próxima generación es el núcleo de esta idea: la juventud, en especial las mujeres jóvenes y las niñas adolescentes, será protagonista de cambios duraderos.

El 2025 es un año crucial para la búsqueda mundial de la igualdad de género y el empoderamiento de las mujeres, ya que será el 30.º aniversario de la Declaración y Plataforma de Acción de Beijing. En 1995, 189 gobiernos adoptaron la Declaración y Plataforma de Acción de Beijing durante la Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer, celebrada en Beijing (China). Este documento sigue siendo el plan de acción más progresista y avalado para el avance de los derechos de las mujeres y niñas en todo el mundo. Esta Plataforma sienta las bases para las políticas, los programas y la inversión que tienen efecto en áreas clave de nuestras vidas, como la educación, la salud, la paz, los medios, la participación política, el empoderamiento económico y la eliminación de la violencia contra las mujeres y niñas. Atender estos problemas y las prioridades que surgen en relación con la justicia climática y el poder de las tecnologías digitales es urgente, ya que nos encontramos a solo cinco años del plazo establecido para lograr los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

Al mismo tiempo, la Declaración y Plataforma de Acción de Beijing cumple 30 años en un panorama de creciente inseguridad y crisis acumuladas, que genera cada vez más desconfianza en la democracia y reduce la participación cívica. Solo en el último año, 612 millones de mujeres y niñas vivieron en la realidad brutal del conflicto armado, lo que representó un preocupante aumento del 50 por ciento en una década.

Con la consigna de la campaña mundial de ONU Mujeres en conmemoración del 30.º aniversario de la Declaración y Plataforma de Acción de Beijing, "Para las mujeres y niñas en TODA su diversidad", en el Día Internacional de la Mujer de este año resonará un clamor en pos de la toma de medidas en tres áreas clave:

1. **Fomento de los derechos de las mujeres y niñas.** Luchar implacablemente por el amplio rango de derechos humanos de las mujeres y niñas frente a toda forma de violencia, discriminación y explotación.
2. **Promoción de la igualdad de género.** Afrontar barreras sistémicas, desmantelar el patriarcado, transformar las desigualdades arraigadas y elevar las voces de las mujeres y niñas marginadas, incluidas las jóvenes, para garantizar la inclusión y el empoderamiento.
3. **Impulsar el empoderamiento.** Garantizar el acceso inclusivo a la educación, el empleo, el liderazgo y los espacios de toma de decisiones para redefinir las estructuras de poder. Priorizar el acceso a oportunidades para niñas y mujeres jóvenes, de modo que puedan liderar e innovar.

Involucremos a medios, gobiernos, líderes de empresas y comunitarios, a la sociedad civil y la juventud, y cualquier otra persona con la capacidad de ejercer influencia y tomar medidas en nuestras comunidades. Pidamos a las personas con liderazgo que tomen medidas e inviertan en la promoción de los derechos de las mujeres y la igualdad de género. Compartamos las historias y los mensajes en torno al Día Internacional de la Mujer en plataformas digitales utilizando #PorYParaTodas a fin de generar un diálogo e inspirar la acción.

MAS COMERCIO, MENOS BUROCRACIA: **EL CAMINO DE ARGENTINA EN AMERICA LATINA**

Fuente: Infobae, Alfredo Romano

Uno de los desafíos centrales para la inserción internacional es lograr que el país vuelva a ser un destino confiable para las inversiones

En un contexto global dinámico y desafiante, la Argentina tiene la oportunidad de redefinir su posición en el mundo y recuperar un liderazgo activo en la región. Bajo la administración de Javier Milei, el país ha iniciado un proceso de transformación basado en reformas, consolidando la estabilidad macroeconómica, el respeto por las instituciones y la defensa del libre mercado.

Este nuevo enfoque no solo tiene impacto en la política interna, sino que también debe seguir reflejándose en su estrategia de inserción regional e internacional.

La reciente participación del presidente Javier Milei en la Conferencia de Acción Política Conservadora (CPAC) en Washington refuerza la visión de una Argentina comprometida con las ideas de libertad económica y el crecimiento sostenido. Su discurso en este foro internacional destacó la importancia de reducir la intervención del Estado en la economía y fomentar un entorno más propicio para el crecimiento y el desarrollo, donde el rol del Estado se minimiza y cobran relevancia los actores privados.

La Argentina como modelo económico en América Latina

La Argentina está demostrando que una economía basada en la responsabilidad fiscal, la reducción de regulaciones y un mercado libre sólido puede generar crecimiento sostenible y atraer inversiones de largo plazo. Mientras muchas economías de la región enfrentan déficits fiscales persistentes y problemas estructurales, Argentina avanza hacia una política de equilibrio financiero que prioriza la disciplina macroeconómica como pilar del desarrollo.

Este modelo puede servir como un ejemplo de éxito para otros países de América Latina que aún dependen de estructuras estatales sobredimensionadas y altos niveles de gasto público. La combinación de reformas económicas, estabilidad institucional y apertura comercial puede marcar un camino viable para una región históricamente golpeada por bajo crecimiento en comparación con otras regiones del mundo.

Uno de los desafíos centrales para la inserción internacional es lograr que Argentina vuelva a ser un destino confiable para las inversiones. Esto requiere un compromiso con reglas claras, reducción de la burocracia y un entorno competitivo que incentive la llegada de capital extranjero. El crecimiento sostenible solo es posible en un marco de estabilidad macroeconómica, con economías ordenadas que no sufran de un gasto fiscal excesivo. Argentina ya ha avanzado hacia un superávit fiscal genuino que garantiza previsibilidad, reduciendo la pobreza y generando condiciones propicias para la inversión de largo plazo. La aplicación de este modelo, donde la desregulación y reducción del Estado junto a la responsabilidad fiscal y monetaria resultan ser los ejes centrales del programa económico impulsado por Milei, pueden ser el faro para otras economías alejadas de estas políticas.

Recordemos que, por ejemplo, la mayoría de los 34 países que integran la OEA conviven con déficits fiscales, uno de los factores determinantes para el bajo nivel de ahorro y crecimiento de la región.

- **México**: Enfrenta un déficit fiscal del 5,9% del PIB en 2024, el más alto en 36 años, heredado de la administración anterior.
- **Chile**: El déficit estructural alcanzó un 3,2% del Producto Interno Bruto (PIB) proyectado, mientras que el déficit efectivo totalizó un 2,9% del PIB estimado para el año 2024.
- **Brasil**: En 2024, registró un déficit fiscal consolidado de 998.000 millones de reales, lo que representa, aproximadamente, el 9,42% del PIB.
- **Colombia**: Registró un déficit fiscal del orden del 5% en el 2024.
- **Bolivia**: déficit fiscal alcanza 12% del PIB en el 2024.
- **Perú**: El déficit fiscal para el 2024 alcanzo 3.6% del PIB
- **Centroamérica y República Dominicana**: El déficit fiscal promedio subregional se mantuvo en un 1,9% del PIB en 2024, cifra similar al año anterior.

Es importante destacar que, a nivel global, la deuda pública mundial superará los 100 billones de dólares en 2024, equivalente al 93% del PIB mundial, con proyecciones de incremento en los próximos años.

Si la Argentina quiere seguir jugando un rol protagónico internacional, es fundamental que impulse cambios estructurales dentro de organismos burocráticos como la OEA, que no han logrado materializar o resolver problemas para los cuales fueron fundados. Algunas propuestas clave pueden incluir:

- **Reducción de la burocracia**: la OEA debe modernizarse para ser más eficiente y enfocarse en resolver problemas reales en la región, evitando estructuras pesadas que no generan impacto concreto. Un caso testigo es la dictadura de Maduro en Venezuela.
- **Mayor enfoque en estabilidad macroeconómica**: **Argenti na puede liderar un espacio dentro de la OEA que promueva políticas de equilibrio fiscal, atracción de inversiones y apertura económica como motores del desarrollo regional.**
- **Revisión de mecanismos de sanción y respuesta ante crisis institucionales**: la OEA ha demostrado falencias en su capacidad de reaccionar ante regímenes autoritarios y crisis políticas. Argentina puede impulsar mecanismos más efectivos para defender la democracia y los derechos humanos en la región.
- **Mayor integración con el sector privado**: La OEA debería fortalecer la cooperación con el empresariado regional para promover inversión y generación de empleo, en lugar de depender solo de iniciativas gubernamentales.

La Argentina puede reposicionarse en el escenario global. Con una estrategia exterior basada en el respeto por la democracia, la libertad económica y el fortalecimiento de alianzas estratégicas, el país puede recuperar su peso en la región y en el mundo. La OEA y otros foros multilaterales son herramientas clave en este proceso, y Argentina debe aprovecharlas con liderazgo, convicción y pragmatismo. El liderazgo de Milei en la reconfiguración de la economía argentina puede servir como un modelo replicable para otras naciones de la región. A través de una OEA reformada y más eficiente, la Argentina puede impulsar un nuevo ciclo de crecimiento y estabilidad en América Latina, consolidándose como una referencia de modernización y progreso económico.

USA TOUR 2025

LIDERES DEL HUMOR

MAY	10	JLK CENTER, MIAMI, FL
MAY	11	STRAZ CENTER, TAMPA, FL
MAY	18	SANTANDER PERFORMING ART CENTER, PA
MAY	24	CLUB TROPICORO DEL HOTEL SAN JUAN, PR
MAY	25	PRIOR JOLLEK HALL, SAINT THOMAS

EEG LIVE

888-561-8757

ROCKASS ONLINE MUSIC

trending

<< REGRESO A CONTENIDO

28 Lagos del Norte de Italia—Parte 3
33 Radio Online
34 Colectivo Malagueño de Escritores
36 Niditos de mermelada
38 Cuaresma 2025” ¿Cuándo inicia y cuáles son los días clave de esta celebración?
42 Cineteca de Madrid

LAGOS DEL NORTE DE ITALIA

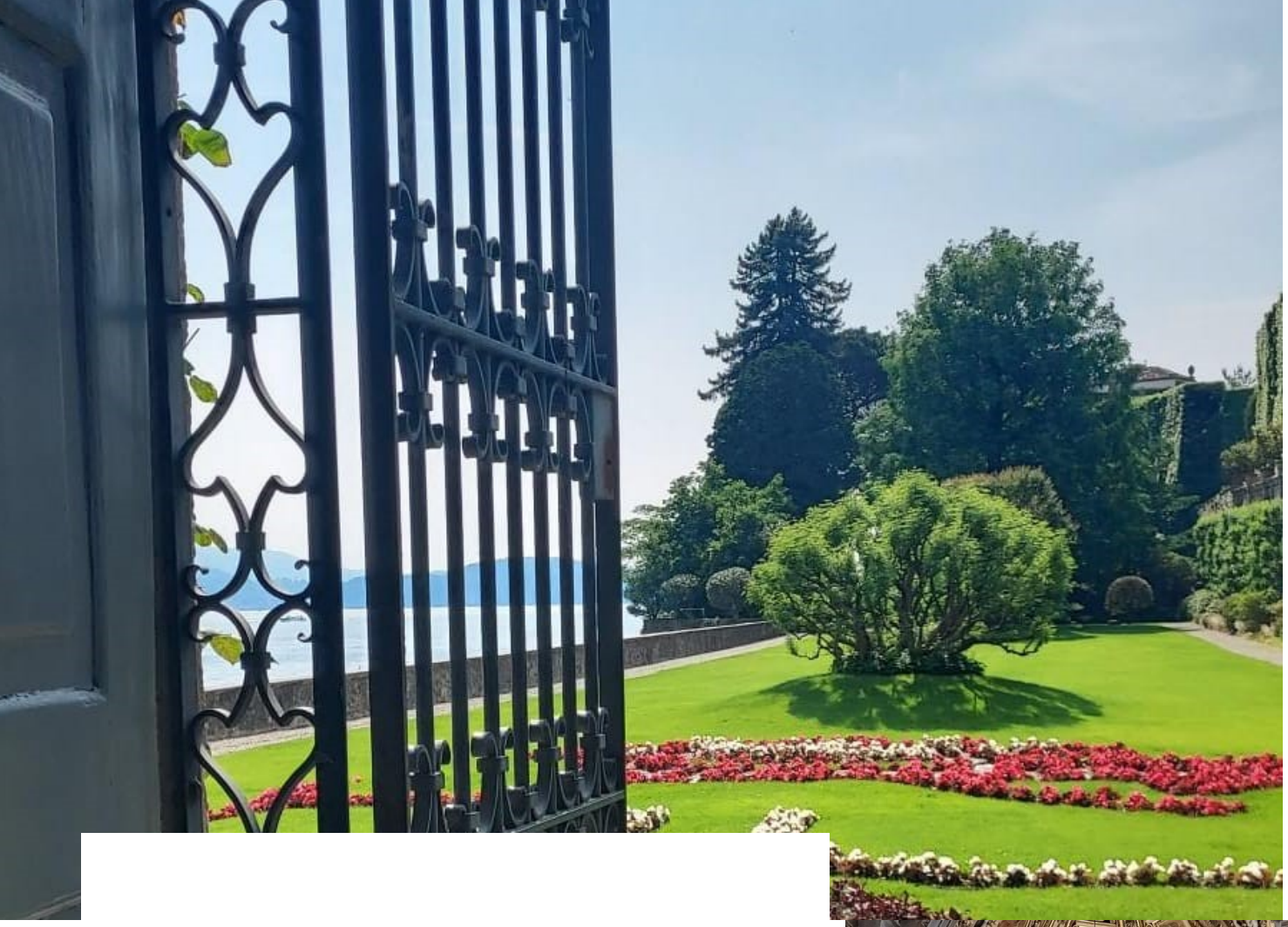
PARTE 3

LAGOS DEL **NORTE DE ITALIA—PARTE 3**

Irene Abecia Navarro
Guía de Turismo desde España & Columnista de Destinos FEM International Group

Los cuentos de hadas existen. Escenarios de piedra y agua perdurables en el tiempo y en otra dimensión. En ORTA, a orillas del lago homónimo, el reloj se ha detenido convirtiendo en inmortal un pasado de monjes y princesas, de santos y nobles sanguinarios.

Las hoy en día transparentes aguas del Lago de Orta abrazan la pequeña ISLA SAN GIULIO, ocupada por la Basílica románica dedicada al Santo griego y un Monasterio benedictino de clausura donde se llevan a cabo traducciones de textos antiguos, además de investigaciones importantes.

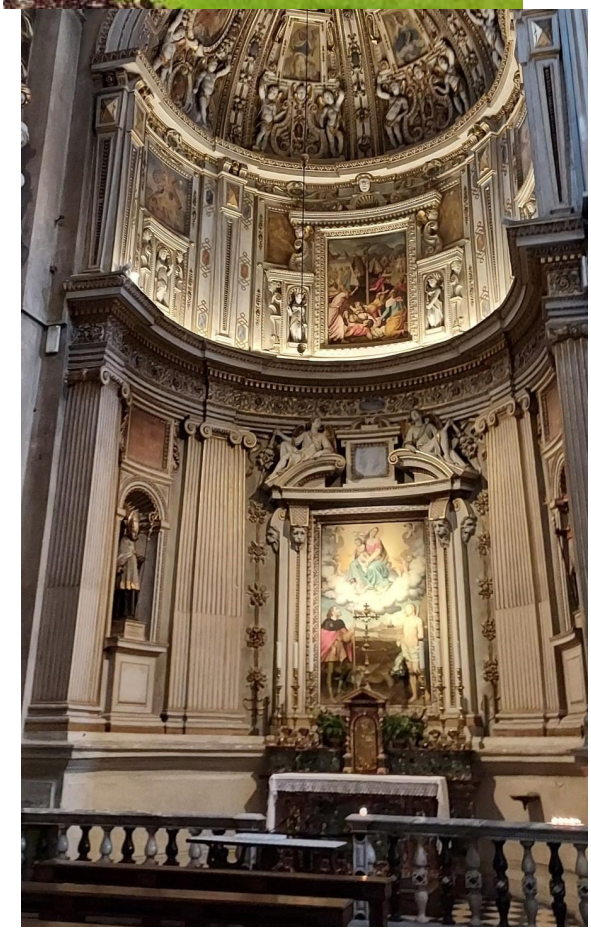


El primer asentamiento cristiano sería en el siglo IV; las reliquias de San Giulio descansan en la cripta de la Basílica del siglo XII. También fue un relevante centro militar frente a posibles invasores.

En tierra firme, el casco antiguo peatonal de ORTA SAN GIULIO deslumbra con sus viejas casas con techos de piedra, portales de granito y verjas de hierro forjado.

Maravillosos lugares de la región del PIAMONTE, región histórica rodeada de montañas por sus tres lados, son los Alpes que van descendiendo hacia el sur.

Esto es todo de momento, otros tesoros nos esperan, amigos.



► ***"Lunes de Mujeres que Inspiran"***.

Un espacio dedicado a resaltar las historias, las luchas y los logros de mujeres que, con su esfuerzo y dedicación, están moldeando un futuro mejor para todos, en este segmento, damos voz a aquellas mujeres que, en su diversidad y fortaleza, están dejando una huella imborrable en nuestra sociedad.

Compartimos con Gracia Torrez, Líder de adoración bilingüe internacional, Cantautora quien nació en Los Ángeles, California, creció y radica actualmente en Dallas, Texas.

Compartió con nosotros el tema: ***"La Evolución de la Gracia de Dios"***

"Martes de Emprendedores" ◄

Es un segmento dedicado a compartir con ustedes historias de emprendedores exitosos, así como impulsar a nuevos emprendedores a dar a conocer sus servicios y productos ofreciéndoles un espacio en la radio para llegar a más clientes, en este programa compartimos estrategias, consejos y experiencias para ayudarte a llevar tu emprendimiento al siguiente nivel.

Compartimos con María Luisa Alcalá González, Terapeuta Sistémica, Tanatóloga, Conductora de "Creciendo Juntos", Columnista de FEM International Magazine y Manager de Relaciones Públicas de Luna 9 Radio Digital.

Compartió con nosotros el tema: ***"Vocación: Tus dones al servicio de la vida"***

► ***"Jueves Culturales"***. Programa que promueve la cultura y el hábito de la lectura. Nos acompañó Librada Olivares, Conductora de Radio, Articulista, Escritora y Miembro del Colectivo Malagueño de Escritores

Comparte con nosotros su libro: ***"Mi alma es tu cama deshecha"***

Escúchenos

▼ ***"Miércoles de Salud"*** Compartimos con Dra. Paulina Tejera Baños, Médico Especialista en Pediatría con Capacitación de Reanimación Neonatal Pediátrica y Certificada como Consejera de Lactancia Materna Habló acerca de ***"Humanizando la Medicina: El Impacto de la Empatía"***

►***"Creciendo Juntos"***. Programa donde exploramos los diversos temas que beneficiarán a nuestros radioescuchas, Yulissa Damaris Hernández Godoy, Cantante y estudiante del C.B.T.i.s. 247 de Teocaltiche, Jalisco, México. Ganadora del Primer Lugar del XXVIII Encuentro Nacional de Arte y Cultura 2025 en su Etapa Estatal en la Disciplina de Canción Tradicional y Representará al Estado de Jalisco a Nivel Nacional. Compartió con nosotros el tema: ***"Talento de Teocaltiche"***

▼ ***"Noche De Tertulia"*** Compartimos con Teodoro Alfredo Sosa Rodríguez, Artista plástico, poeta, actor de teatro y articulista de FEM International Magazine. Compartió con nosotros el tema***: "Exposición de Arte: MUJER, Formas y Color"***

COLECTIVO **MALAGUEÑO DE ESCRITORES**

Isabel María Valencia

Presidenta del Colectivo Malagueño de Escritores
y Columnista Cultural de FEM International Group

1 GRACIELA PREGO PILAR

Graciela Prego Pilar nació en Buenos Aires, Argentina y cursó estudios de docente en el INEF de San Fernando, donde dictó cátedra hasta elegir España como país de residencia desde hace más de 25 años hasta la actualidad. Amante de las tradiciones, los viajes y la naturaleza, desde muy joven las letras han ocupado gran parte de su tiempo intercalando poesía y canciones, aunque su actividad como escritora en el género narrativo sale a la luz en el 2020, con La Senda del Jabalí publicado por Ediciones Atlantis y luego su continuación El Muflón Invasor (2021) como autoedición, impreso en la República Argentina en la Editorial PuntoAparte. Ha colaborado en diversos libros de relatos y poemas junto al Colectivo Malagueño de Escritores, grupo que integra, entre ellos Buscando un Horizonte (2023) publicado por Ediciones del Genal en colaboración con la Fundación de Autismo de Málaga, con el relato La Carta; y Entre Besos y Callejones Malagueños (2024), poemas y relatos dedicados íntegramente al amor, con el cuento La Luna y el Pez Volador. Durante 2023, ha dado forma a su última obra Las Zapatillas de Punta, dándola a conocer a principios del 2024.

Luego de recorrer las hermosas tierras de Huesca, Aragón, a través de sus obras generacionales e históricas como La senda del Jabalí y El muflón Invasor, en su tercera novela, Las Zapatillas de Punta, vuelve a transportar al lector por diferentes escenarios y épocas pero en esta oportunidad, su creatividad mezcla momentos ficticios y autobiográficos con trascendentales episodios ocurridos en los países donde transcurre el relato. «Lo importante no es el final, sino el camino»… Así lo ha querido demostrar incluyendo el argumento principal dentro de otro, consiguiendo la mágica conexión de épocas, lugares y personas.

Las zapatillas de punta. Era el principio del siglo XX cuando en Rusia, en la Revolución Social y la Primera Guerra Mundial cambiarían la rutinaria vida de la mayoría de sus habitantes. Entre ellos la de una niña, Ekaterina, la gran promesa de la danza clásica de una aldea del sur del país desde donde, inesperadamente, comenzará un largo recorrido atravesando el territorio y la dura realidad de una época tan peligrosa, como luego lo fue de extravagante, tras un sueño juvenil. Décadas más tarde, en el momento en que Carla, en el otro lado del mundo, y muy lejos de aquellas circunstancias se reencuentra con sus añorados recuerdos de infancia, descubrirá que entre ellos están las zapatillas de ballet de su madre y su curiosidad le llevará a averiguar la sorprendente historia que gira en torno a ellas y descubrir cómo sobrevivieron uniendo vidas, lugares y épocas.

2 EVA GARCIA MADUEÑO

Eva María García Madueño, nace en Málaga un 25 de mayo. Amante de la naturaleza y el mar, persigue plasmar su belleza a través de las letras. Lectora compulsiva desde muy temprana edad, empieza a escribir a los doce años. En julio de 2015 publica su primer poemario Vendedora de amapolas. Este libro es presentado en Liceo de Málaga y en el Centro Andaluz de las Letras. Recibe algunos premios y menciones literarias entre los que se encuentra el segundo premio en el I Concurso de Microrrelatos Red Mariposa con motivo del VI Festival de poesía y arte Grito de Mujer en Málaga.

Ha colaborado en diversas antologías, revistas (Hércules Cultural, Gealittera, etc.) y blogs literarios. En 2018 publica su segundo y tercer poemario Cuando regrese la lluvia y Margaritas en el mar. En 2021 publica su cuarto libro Ser Espiritual, esta vez en colaboración con la también escritora malagueña Laura Gutiérrez Cortés.

Es miembro del Colectivo Malagueño de Escritores, la Unión Nacional de Escritores de España, del Ateneo Blasco Ibáñez de Valencia, del colectivo Mujeres con Voz, proyecto desde el que se colabora con la Asociación Ana Bella, Red de Mujeres Supervivientes, cuya labor es la de ayudar a mujeres víctimas de violencia de género.

Origen, la memoria del agua.
Es un poemario donde la autora hace un recorrido por su interior más íntimo y vital en el que el agua es luz. Se reflejan añoranzas donde la autora vuelca momentos vividos, armónicos, pero lejos del salvaje albedrío de una amapola. Se muestran, a su vez, las sombras y el silencio, procurando esquivar esos momentos de desasosiego. Las imágenes se suceden con un ritmo emocionante y una lírica armónica que provocan en el lector una complicidad total, donde cualquiera puede identificarse encontrando su propia vida y sentimientos, y ese deseo de superación que se alcanza con la luz.

3 LAURA GUTIERREZ CORTES

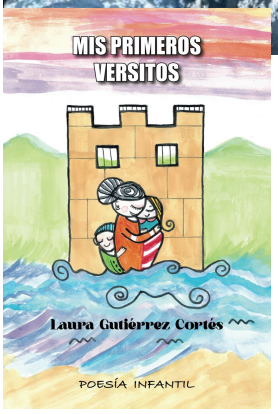
Laura Gutiérrez Cortés es escritora, poeta y artista plástica, nació en su "niña Málaga" Andalucía, España, el 3 de noviembre de 1975. A pesar de escribir poesía desde la infancia, en 2006 comienza su carrera literaria, publicando sus poemas en diversas antologías solidarias y participando en numerosos recitales y concursos literarios de toda la geografía española, siendo premiada en varias ocasiones.

Publicó su primer poemario Alquimia de mariposas, en 2015 y fue presentado el 17 de septiembre del mismo año en el Liceo de Málaga. Su segundo libro de poemas Confidencias, fue publicado en septiembre de 2018 y presentado el 19 de febrero en el CAL, Centro Andaluz de las Letras y el 20 de marzo en el Ateneo de Málaga. En mayo de 2021 publicó Ser Espiritual - Poesía para el Alma junto a su amiga y poeta Eva García Madueño y en 2024 su poemario infantil Mis primeros versitos.

Colabora en el proyecto "DAR TIKA, música y versos solidarios", cantando uno de los poemas, en varias revistas literarias como "Alhucema y La Ballesta de Papel" y diversas antologías literarias.

Otra de sus grandes pasiones es la pintura y como artista plástica, expone sus obras en diferentes lugares de Málaga: Restaurante Castaño Oscuro, Clandestino Gourmet, Antigua Diputación de Málaga y diferentes pueblos de la provincia.

Ha trabajado como ilustradora en proyectos de literatura infantil en EEUU. Es miembro del Colectivo Malagueño de Escritores, el Ateneo Blasco Ibáñez de Valencia y forma parte del colectivo "Mujeres con voz" de Barcelona y de la Unión Nacional de Escritores de España.



Mis primeros versitos. Es un libro infantil de iniciación a la poesía y pronunciación del lenguaje, que invita a despertar la curiosidad de los más pequeños en los primeros años de la infancia.
Cada poema infantil, lleva consigo un delicado aprendizaje; como el amor a la familia, los amigos y la naturaleza, valores éticos y morales como la tolerancia y la libertad, la justicia, la empatía y la superación de algunos miedos propios de la niñez.
¡Bienvenidos al mundo de la imaginación, letra a letra, verso a verso!

NIDITOS DE **MERMELADA**

Silvia Alicia Noceda Rodríguez
CEO "D' Nonna Silvia", Columnista de Gastronomía
FEM International Group & Embajadora Para La Paz

INGREDIENTES:
2 ½ (325 gr. aprox.) Harina sin preparar
4 cucharadas Azúcar en polvo
250 gr. Mantequilla
1 ½ cucharadita Esencia de vainilla
Mermelada al gusto

PREPARACIÓN:
Horno precalentado 170°C (340°F)

En un bol colocar todos los ingredientes y amasar todo.

Dividirlo en dos partes una será de fondo y la otra para tapar.

Sobre una superficie enharinada estirar la masa y cortar, se puede usar un disco de forma circular o en forma de corazón. En las tapas se hará un pequeño corte para que se pueda ver la mermelada.

Colocarlo en una lata enfriar, para luego colocar la mermelada puede ser de frambuesas, albaricoque, mora o del sabor que desee.

Antes de pegar las dos tapas espolvorear azúcar glas la parte de arriba.

"Cuando las mujeres se apoyan unas a otras,
cosas increíbles suceden"
— Anónimo

LUNA 9
RADIO DIGITAL
La nueva generación de la radio online

El equipo de Luna 9 Radio Digital
les desea un

MARCH 8

HAPPY WOMEN'S DAY

¡Feliz Día Internacional De La Mujer!

¡Felicidades Mujer! Dios te dio la bendición de haber nacido mujer.
Puso en tu mente sabiduría, en tu alma fortaleza y en
tu corazón ternura, sensibilidad y sentimientos.
Que Dios te bendiga

https://bit.ly/luna9radiodigital

CUARESMA 2025
INICIO Y DIAS CLAVES
DE ESTA CELEBRACION

CUARESMA 2025: ¿CUANDO INICIA Y CUALES SON LOS DIAS CLAVE DE ESTA CELEBRACION?

Fuente: El Sol de Sinaloa–Dheyna Brito & Rome Reports

La Cuaresma 2025 comenzará el 5 de marzo con el Miércoles de Ceniza y durará 40 días, finalizando con la Semana Santa. Durante este periodo, los fieles cristianos practican la oración, el ayuno y la caridad para prepararse espiritualmente para la Pascua

La Cuaresma es un periodo de 40 días de reflexión, penitencia y preparación espiritual que precede a la Semana Santa en la tradición cristiana. Este tiempo invita a los fieles a examinar sus vidas, arrepentirse de sus pecados y buscar una mayor cercanía con Dios mediante la oración, el ayuno y la caridad.

Este 2025, la Cuaresma comenzará el 5 de marzo con el Miércoles de creyentes Ceniza, día en que los reciben una cruz de ceniza en la frente como símbolo de humildad y arrepentimiento. Este rito marca el inicio de este periodo de introspección y renovación espiritual.

Fechas clave de la Cuaresma 2025 que no debes dejar pasar para reflexionar:

5 de marzo: Miércoles de Ceniza – Inicio de la Cuaresma con la imposición de ceniza en la frente de los fieles.

9 de marzo: Primer Domingo de Cuaresma – Reflexión sobre las tentaciones de Jesús en el desierto.

16 de marzo: Segundo Domingo de Cuaresma – Meditación sobre la Transfiguración del Señor.

23 de marzo: Tercer Domingo de Cuaresma – Llamado a la conversión y al arrepentimiento.

30 de marzo: Cuarto Domingo de Cuaresma – Conocido como el Domingo de Laetare, un respiro en el tiempo de penitencia.

6 de abril: Quinto Domingo de Cuaresma – Preparación para la Pasión de Cristo.

13 de abril: Domingo de Ramos – Conmemoración de la entrada triunfal de Jesús en Jerusalén, marcando el inicio de la Semana Santa.

17 de abril: Jueves Santo – Recuerdo de

la Última Cena y la institución de la Eucaristía.

18 de abril: Viernes Santo – Conmemoración de la crucifixión y muerte de Jesús.

20 de abril: Domingo de Resurrección – Celebración de la resurrección de Cristo, culminando la Semana Santa.

Durante la Cuaresma, los fieles son llamados a practicar el ayuno y la abstinencia. El ayuno consiste en realizar una sola comida fuerte al día, especialmente el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo, y está dirigido a los mayores de 18 años y menores de 60. La abstinencia de carne se observa todos los viernes de Cuaresma por los mayores de 14 años.

Este periodo es una oportunidad para que los creyentes profundicen en su fe, practiquen la caridad y se preparen espiritualmente para la celebración de la Pascua, el evento más importante del calendario cristiano.

¿Cuál es el trato con las cenizas el Miércoles de Ceniza?

El Miércoles de Ceniza, llevar cenizas en la frente puede parecer una proclamación audaz de fe, que atrae miradas curiosas o desconcertadas de los demás. Recuerde que esta señal visible de arrepentimiento y humildad es una oportunidad para dar testimonio de Cristo con tranquila confianza y un corazón alegre. Mire este breve video para aprender formas de responder.

Mensaje para la cuaresma

El mensaje del papa para la Cuaresma tiene fecha del 6 de febrero, por lo que se realizó antes de su entrada en el hospital. En él pide a los fieles hacer examen de conciencia y vencer lo que llama la "tentación de la autorreferencialidad"; o de pensar que Dios no perdona de verdad los propios pecados.

También propone como ejercicio el conocer más de cerca la realidad de algún migrante. Dice que puede servir para descubrir lo que Dios pide para ser mejores viajeros que van hacia la casa del Padre.

La Cuaresma de este año empieza el 5 de marzo y es bastante probable que el papa no participe en la celebración del Miércoles de Ceniza, que tiene lugar en las afueras del Vaticano.

El año pasado participó y pidió aprovechar este tiempo litúrgico para conocerse mejor y promover una conversión personal profunda.

FRANCISCO

Significa mirarnos por dentro y tomar conciencia de quiénes somos realmente, quitándonos las máscaras que a menudo usamos, disminuyendo el ritmo de nuestro frenesí, abrazando la vida y la verdad de nosotros mismos. La vida no es una actuación, y la cuaresma nos invita a bajar del escenario de la ficción para volver al corazón, a la verdad de lo que somos.

La Cuaresma es el tiempo litúrgico de ayuno y penitencia que sirve a los cristianos para preparar la Semana Santa.

JRB

► ***TA ACORDA BA TU EL FILIPINAS?***

Sally Gutiérrez / España / 2017 / (81')

El largometraje de no ficción Ta Acorda Ba Tu EL Filipinas? (¿Te acuerdas de Filipinas?) reflexiona en torno a las huellas y los fantasmas de la globalización pasada y presente e indaga en las relaciones (post)coloniales desde un punto de vista crítico. Saltando de un idioma y un escenario a otro a lo largo de la compleja geografía filipina, el filme entrelaza las vidas, memorias, luchas y espacios de diversas comunidades de hablantes: desde los estratos de la historia que desgranan unas voces suspendidas en el tiempo en el barrio de Quiapo, Manila, hasta los campos de desplazados internos en la ciudad de Zamboanga.

> Con la presencia de la directora

Idioma:

V.O.S.E.

Formato: DCP

► ***La revolución de las musas***

Mar Nantas, Yaiza de Lamo, Juno Álvarez /
España / 2024

Una mirada que explora el papel de las musas en la Historia del Arte Occidental, resaltando su estrecha vinculación con la obra de los denominados grandes genios como cocreadoras. Grandes artistas del pasado son retratados en un contexto contemporáneo, con el fin de cuestionar sus prejuicios y señalar el abuso de poder que ejercieron sobre sus musas. Esta versión moderna de los artistas clásicos ilumina la persistencia de estos problemas en la actualidad, invitando a una revisión de las dinámicas de poder dentro del mundo del arte.

> Tras la proyección del 8 de marzo tendrá lugar un coloquio posterior con Juno Álvarez y Mar Nantas (directoras) y Vega Mancebo (distribuidora).

Premios y festivales

RIZOMA Festival 2024: Sección Oficial Nacional

Atlántida Mallorca Film Festival: Sección Oficial

► ***Jenifer de la Rosa Martín***

España, México / 2024 / (110')

A sus treinta, Jenifer decide investigar sobre los motivos de su adopción, acontecida tras la catástrofe en la que el volcán Nevado del Ruiz acabó con la vida de más de 25.000 personas en 1985. Con la poca información que tiene, que se reduce a que posiblemente su padre falleciera en la tragedia y el nombre de su madre, regresa a Colombia en busca de respuestas y con la decisión de grabar el proceso. Allí conoce a diferentes personas que le ayudan a descifrar su pasado. Su viaje culmina cuando, por casualidad, conoce a alguien que cambia su realidad para siempre.

► ***Un baño propio***

(Un bany propi)

Lucía Casan Rodríguez / España / 2023 / (102')

Antonia, una ama de casa ejemplar de 65 años, pasa sus días atendiendo los deberes del hogar y los recados familiares. Sin embargo, esta señora de apariencia afable guarda un extraño secreto: está absolutamente obsesionada por los cuartos de baño; ese es el único espacio donde puede decir “ocupado” y la gente le deja en paz. Entre retretes, cañerías y cisternas, Antonia da rienda suelta a su verdadera vocación, ser escritora. Así escapa de su monótona vida, vive situaciones únicas y entabla extrañas amistades que hará que su apariencia afable se diluya como la mierda en el inodoro.

Premios y festivales

RIZOMA Festival 2024: Sección Surrealismo Contemporáneo

Idioma:

Español / V.O.S.E.

INVITACION ESPECIAL A

VOCES DE MUJERES

CELEBRANDO EL DIA INTERNACIONAL DE LA MUJER

EVENTO
VIRTUAL

TEMARIO:

- DISCURSO DE BIENVENIDA
- RESEÑA HISTORICA
- RONDA DE PREGUNTAS
- MENSAJE FINAL

OBJETIVO:

EL EVENTO TIENE COMO OBJETIVO DE RECONOCER EL APORTE DE LA MUJER COMO PILAR ANGULAR DE LA FAMILIA Y LA SOCIEDAD.

EVENTO
GRATUITO

8 MARZO

6:00 PM

INVITADAS ESPECIALES DE LUNA 9 RADIO INTERNACIONAL Y DE FEM INTERNATIONAL GROUP

PLATAFORMA

ZENO myTuner

GET IT ON Google Play | Download on the App Store

https://bit.ly/luna9radiodigital

LUNA 9 RADIO DIGITAL

+1 551 254 8201

luna9radiodigital@gmail.com

spotlight

<< REGRESO A CONTENIDO

46 Crueldad, prejuicio y dinero motivan la política antiinmigrante de Trump
49 Eventos
52 Los Papas también son seres humanos
53 Embajadores Para La Paz
54 Sobrevivientes del C19
56 No hay mujer sin hombre

CRUELDAD, PREJUICIO Y DINERO MOTIVAN LA **POLITICA ANTIINMIGRANTE DE TRUMP**

Maribel Hastings
Asesora Ejecutiva de America's Voice & Columnista de Inmigración- FEM International Group

El gobierno de Trump actúa con saña, desde alegrarse de quitarle el TPS a los haitianos, los mismos que acusó el año pasado de comer mascotas en Ohio, pasando por el zar fronterizo, Tom Homan, confirmando que todos los indocumentados son objetivo de deportación pues todos son "criminales", hasta el correo electrónico de Elon Musk a empleados federales indicándoles que provean cinco logros en su semana previa de trabajo o serán despedidos. El nivel de crueldad y perversión es aberrante

Mientras Trump desmantela el gobierno federal y gira maquiavélicas órdenes ejecutivas, muchas de ellas aparentemente ilegales y anticonstitucionales, un sector de los estadounidenses parece estar todavía procesando qué está ocurriendo. Incluidos los que votaron por Trump y ahora se ven afectados por algunas de esas órdenes ejecutivas o sus propuestas de recortes presupuestales.

Quizá pensaron que Trump se limitaría a detener y deportar indocumentados de color y que sus políticas no los tocarían. Pero la realidad es otra.

De hecho, la Cámara Baja y el Senado proponen diferentes versiones del presupuesto. La Cámara Baja busca financiar las reducciones de impuestos a multimillonarios y corporaciones así como su maquinaria de deportaciones con recortes a programas de salud y nutricionales, como Medicaid, Obamacare (ACA) y SNAP, por nombrar algunos. Son más de 175,000 millones de dólares los que Trump quiere para la frontera y las deportaciones masivas.

Los ataques de esta administración provienen de tantos flancos que es difícil determinar cómo responder. No se limita a un solo grupo o causa. Se ataca a los inmigrantes, a la comunidad LGBTQ+, a quienes dependen de diversos programas federales que abarcan desde salud, educación, energía y asistencia nutricional, a los que financian investigaciones científicas contra el cáncer o el Alzheimer. Sin contar programas internacionales de ayuda alimentaria y salubrista, incluso para prevenir y tratar el VIH y el SIDA en naciones pobres. Se han presentado múltiples demandas para frenar las acciones de Trump y algunos jueces han fallado en contra del presidente, como en el caso de eliminar la ciudadanía por derecho de nacimiento, o para impedir detenciones de indocumentados en iglesias y otros templos.

La pregunta es si el gobierno de Trump respetará los fallos judiciales porque en este nuevo orden que presenciamos Trump cree

tener el poder absoluto de un monarca o dictador donde el ejecutivo prevalece sobre las otras ramas del gobierno, los poderes legislativo y judicial que para Trump no tienen ningún peso.

Foto: Donald Trump. Foto: EFE/EPA/JIM LO SCALZO / POOL

Y es que la obsesión de Trump con los inmigrantes no se debe únicamente a su prejuicio hacia las comunidades de color sino a que todas sus acciones ejecutivas y sus planes de deportaciones masivas benefician económicamente a quienes operan cárceles privadas. Estos a su vez son benefactores políticos del presidente. ABC News reportó que el CEO de CoreCivic, el mayor operador de prisiones privadas, Damon Hininger, declaró que "prevemos importantes oportunidades de crecimiento, tal vez el crecimiento más significativo en la historia de nuestra empresa en los próximos años".

Los contratistas militares privados también celebran los planes de Trump. Según POLITICO, un grupo que incluye a Erik Prince, exdirector ejecutivo de Blackwater, presentó a la Casa Blanca un agresivo plan para deportar a 12 millones de inmigrantes antes de las elecciones intermedias de 2026 mediante "campos de procesamiento en bases militares, una flota privada de 100 aviones y un pequeño ejército de ciudadanos privados facultados para realizar detenciones".

¿Otra muestra de los contrastes? Trump quiere un registro de indocumentados con multas o cárcel para los que no se anoten, al tiempo que propone su 'tarjeta dorada' para inversores al módico costo de 5 millones de dólares que incluye una vía a la ciudadanía.

Pero ya comienzan a surgir focos de resistencia a través del país. Los medios reportan sobre asambleas convocadas por legisladores republicanos en estados republicanos donde los representados cuestionan los planes de Trump que los afectan directamente.

El diario La Opinión reportó que patrullas comunitarias alertan a las comunidades sobre la presencia de agentes migratorios e incluso han frustrado operativos.

Guadalupe Carrasco, profesora de Estudios Chicanos y Latinoamericanos de Cal State University Northridge, quien participa de las patrullas, le dijo al diario que "sabemos que hay riesgos en lo que hacemos, que nos pueden perseguir y hasta levantarnos cargos falsos por cualquier motivo… De todos modos vamos a seguir protegiendo a la comunidad"

¡ANUNCIATE!

EN

LUNA 9
RADIO DIGITAL
La nueva generación de la radio online

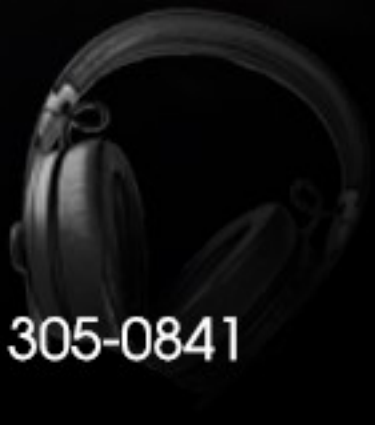
CONTAMOS CON

PAQUETES

PARA NEGOCIOS, SERVICIOS, EMPRENDIMIENTOS Y MAS...

MEDIA KIT DISPONIBLE

Da a conocer tu negocio o emprendimiento



PARA MAYORES INFORMES:

WhatsApp: +1 551.254.8201 | 1 (201) 305-0841

VALENTIN'S DAY DINNER

Este evento fue auspiciado por el Alcalde, Sr. Wayne D Zitt Jr, y Los Concejales de la ciudad de Guttenberg, NJ.

Los residentes, personas de la tercera edad, disfrutaron de un gran show, cena y este evento se realizó en el Centro Comunitario Gerald D. Drasheff Agradecemos infinitamente al Consejal William Hokien por permitirnos usar las fotos para compartir con nuestros lectores.

GUTTENBERG
D.P.W

GUTTENBERG FARMER'S MARKET

Estuvimos presente en el evento comunitario organizado por el Alcalde de Guttenberg, NJ Wayne D Zitt Jr, Los Concejales de la ciudad y La Autoridad de Vivienda de la ciudad de Guttenberg, NJ.

Los residentes desde tempranas horas hacen fila para poder recibir de las manos de los trabajadores del DPW y de los voluntarios quienes organizan todo para la realización de dicho evento.

Es gracias a las autoridades quienes con su esfuerzo desde los inicios de la pandemia que siempre velan por los intereses de los residentes de la ciudad.

Recordemos que dicho evento se realiza el 2ndo y el 4to Martes de cada mes. ¡Dios bendiga a los organizadores!.

LOS PAPAS TAMBIEN SON **SERES HUMANOS**

Dr. Antero Flores Aráoz
Abogado & Columnista Honorario de
FEM International Group

Los que profesamos la fe católica, hemos recibido como magisterio de la Iglesia, que el Papa es infalible en determinadas materias de fe y moral, pero no en todas las materias, por lo que como cualquier ser humano puede tener aciertos y errores, virtudes como defectos, decisiones adecuadas como inconvenientes. Los Papas son seres humanos sujetos a reconocimientos como también a críticas, aunque con la posibilidad que con el correr del tiempo estas sean superadas al conocerse la realidad, como sucedió por ejemplo con el Papa Pío XII respecto a su actitud en la II Guerra Mundial.

Tampoco los Papas son iguales y cada uno tiene sus propias características personales, como por ejemplo el Papa Juan XXIII era reconocido por su bonhomía, el Papa Benedicto XVI por su sabiduría como teólogo o el Papa Juan Pablo II por su santidad.

Ha habido Papas que nunca debieron serlo como el Papa Borgia (Alejandro VI) y algunos otros más conocidos por sus actitudes licenciosas más que religiosas y que originaron gravísimos daños a la Iglesia Católica.

En los últimos tiempos hemos podido observar que el actual Sumo Pontífice, se ha comprometido en asuntos que corresponden al mundo temporal y no a los temas espirituales que son los de su competencia y, al admitir en alguna medida los llamados enfoques de género, idioma inclusivo y algunas materias más, sumamente cuestionables, han originado que algunos otros credos religiosos avancen en su feligresía a costa de la reducción de la católica.

Por todo lo antes señalado hay que rogar a Dios por el Santo Padre, no solamente para que recupere su deteriorada salud, sino para que pueda poner correctivos a algunas decisiones equivocadas que han generado gran desconcierto entre los creyentes.

A modo de ejemplo, es incomprensible su decisión de solicitar la renuncia de quien fuese arzobispo de Piura, José Antonio Eguren, de extraordinaria labor pastoral, sin siquiera haber alcanzado la edad para ello, y luego haber decidido su expulsión de la institución a la que pertenecía sin habérsele dado la oportunidad de defenderse conforme a derecho. Incluso la disolución del Sodalicio es incomprensible pues los errores y pecados de unos pocos no deberían manchar a toda la Institución. En otras congregaciones, órdenes y sociedades religiosas también ha habido actos desdorosos, pero no fueron disueltas, esperando que pronto se proceda a su refundación.

La Iglesia tampoco puede seguir teniendo colgado de la soga, sin definiciones y sufriendo por ello, a quien fue arzobispo de Lima y primado del Perú, el cardenal Juan Luis Cipriani, quien además de religioso, como ciudadano luchó contra el terrorismo homicida y destructor y, es calificado como héroe de la patria por su acción negociadora con quienes habían secuestrado a decenas de personas en la residencia del embajador del Japón. Más aún, las imputaciones no acreditadas e inverosímiles que se le hacen están muy distantes de su personalidad y carácter, no calzan con ellas.

Por todo ello, ruego al Altísimo por la salud corporal del Papa y para que una vez recuperado lo ilumine en la toma de sus decisiones.

Roguemos a Dios por el Santo Padre, para que recupere su deteriorada salud

EMBAJADORES PARA **LA PAZ**

María Librada Hinojosa Flores
Escritora mexicana, poetisa, Embajadora Para La Paz & Columnista de Motivación en FEM International Group.

Se desarrolla por nominación de una persona que ya tiene esta investidura.

Se registra en UPF Perú y ahí se investiga a la persona y se resuelve si se acepta la solicitud.

Se llenan los registros y la cuota para movimientos administrativos. y luego se recibe el nombramiento y la investidura a través de UPF Perú y en Perú es el evento pero puede recibir la documentación alguien más en tu lugar.

¿Qué es la paz?

La paz es un estado de gracia. La paz es vida porque una vida en paz, lo tiene y lo da todo… La paz se vive, se sostiene, se ejemplifica, no es literatura, es un estado de gracia vuelvo a repetir. Es un aliento que permite estar mejor y aceptar tomar decisiones conscientemente y asertivamente.

Cada uno tenemos nuestro cofre de tesoros procuremos que en primera instancia esté la paz y con ella esté el equilibrio. La paz es un éter que eres, que está en cada quién, que trasmitimos con el ser. Es un estar consciente de que estoy. Educar o evangelizar para la paz es trazar una línea del tiempo y reconocer que solo con el ejemplo se puede mostrar y alimentar.

La paz es un emblema interior de gracia incalculable y de expresión, no es un arte, es una gracia de la decisión. La paz nos lleva al exquisito manjar de construir a través de cada don que nos acompaña. Amén a la paz- a la UPF Perú y a quienes nos nominan, nos aceptan, nos enaltecen con este nombramiento que es un símbolo de la verdad de la era que vivimos….

SOBREVIVIENTES **DEL C19**

Teodoro Alfredo Sosa Rodríguez

Artista plástico, actor de teatro y corresponsal de FEM International Magazine.

Después de 5 años, vemos en retrospectiva el desarrollo de la pandemia, con marcadas etapas desde los primeros afectados y tratamientos traumáticos e inciertos, el contagio y características raras que aumentaban el número de fallecidos. La información sobre fármacos se tornó perturbadora desde los informes de los laboratorios, como de profesionales de la salud. Las medidas de aislamiento también tuvieron un factor de prevención al contagio y, al mismo tiempo, generaban una situación no tolerable por ser desconocida en esa magnitud.

Los sobrevivientes que en su mayoría aparentemente no se contagiaron o no se les desarrolló el virus, no hay certeza si lo trasmitían, y los que se vacunaron presentaron secuelas de acuerdo al producto según el laboratorio, los pacientes con patologías crónicas y débil sistema inmunológico fueron los más afectados, muchas personas que sobrevivieron al virus enfrentan efectos a largo plazo. Han experimentado lo que se ha denominado "Long COVID", que es un conjunto de síntomas persistentes, incluso años después de la infección inicial.

Fatiga crónica: Cansancio extremo que no mejora con el descanso.

Problemas respiratorios: Dificultad para respirar o una capacidad pulmonar reducida.

Problemas Cognitivos: Dificultades con la memoria, y la concentración mental.

Dolores Articulares y Musculares: Inflamación en las articulaciones y los músculos.

Problemas Cardiovasculares: Palpitaciones, dolor en el pecho y mayor riesgo de afecciones como la miocarditis.

Trastornos: Ansiedad, depresión y trastornos del sueño.

Pérdida de olfato y gusto: Alteraciones sensoriales.

El impacto emocional y mental del COVID-19

Después de sobrevivir al virus, pueden experimentar una variedad de efectos emocionales y psicológicos, dependiendo de la gravedad de la infección, las circunstancias personales, y el entorno social y económico.

Ansiedad y estrés. El miedo a enfermarse, esta ansiedad, ha persistido. Incluso las secuelas de la enfermedad pueden seguir generando angustia; las alteraciones en la vida diaria han causado niveles elevados de ansiedad.

Depresión: Muchas personas han experimentado una disminución del sentido de propósito o de disfrute en las actividades cotidianas, lo que se puede reflejar en sentimientos persistentes, de tristeza o desesperanza.

Estrés postraumático. Los que vivieron la enfermedad de forma grave, hospitalizados, intubados, pueden haber desarrollado trastorno de estrés postraumático. Una sensación de vulnerabilidad.

Dificultades cognitivas: En términos de claridad mental, la dificultad para concentrarse, tomar decisiones o recordar cosas, y una sensación de confusión o desconcierto que puede generar frustración, ansiedad y miedo, afectando la salud mental.

Sentimientos de aislamiento y soledad: Algunas personas pueden sentir que no pueden retomar su vida social como antes, lo que genera una sensación de soledad.

Cambio en la perspectiva de la vida: El haber sobrevivido ha cambiado la visión del mundo. Los cuidados de la salud, las relaciones interpersonales o la cosmovisión, también pueden generar ansiedad sobre la vida

o la muerte.

Estrés financiero y laboral. Los que no se recuperaron porque perdieron sus empleos, experimentaron inseguridad laboral y dificultades financieras, afectando la salud mental de quienes atraviesan este tipo de dificultades.

Apoyo social: Sigue siendo fundamental mantener el apoyo emocional, de amigos, familiares o grupos de apoyo, abrir el diálogo, de testimonios, puede aliviar el estrés y la ansiedad.

Terapia y apoyo profesional: La terapia cognitivo-conductual ha sido eficaz para ayudar a las personas a manejar los pensamientos y emociones negativas, si experimentan síntomas graves de ansiedad, depresión.

Cuidado físico: Una dieta equilibrada, y el descanso adecuado son fundamentales no solo para la salud física, sino también para la salud emocional.

Meditación: Técnicas de relajación, pueden ser útiles para reducir la ansiedad y mejorar el bienestar general.

Reflexión

Aunque han pasado 5 años, es importante recordar que el sistema de salud está cada vez más consciente de los efectos a largo plazo, que las opciones de apoyo emocional y mental continúan evolucionando. Es importante reconocer que parte de la salud mental se fortaleció con el arte.

QHALA KURKU

Título: QHALA KURKU
Autor: Alfredo Sosa Rodríguez
Técnica: Mixta sobre Lienzo
Medidas: 120 x 90 cm.
Traducción: Qhala Kurku - Cuerpo Sano

NO HAY **MUJER SIN HOMBRE**

María Luisa Alcalá González
Escritora, Terapeuta sistémica, tanatologa, PR Manager de Luna 9 Radio Digital y Embajadora Para La Paz.

Mujer, pilar de la familia y la sociedad a la par del hombre, la mujer no es más ni menos que el hombre y es tiempo de reconciliarnos hombres y mujeres, la mujer, efectivamente, ha vivido maltrato a lo largo de la existencia de la humanidad y se ha buscado el reconocimiento a su importancia, la historia nos muestra lo que sucede cuando se violenta a través de exclusión o discriminación, la invitación ahora no es de polarizarnos hacia un feminismo mal entendido donde la mujer sea la que violente al hombre, sino buscar la reconciliación entre hombre y mujer entendiéndose a ambos como igual de importantes, no iguales, porque no somos iguales, pero si somos igual de importantes, cada uno, hombre y mujer contribuyen de forma única en este mundo, pelear por una igualdad es absurdo, los hombres tienen unas características únicas, las propias a las de su género, que por más que se quiera no serán iguales a las de las mujeres y viceversa.

Unirnos, hombres y mujeres para co crear una nueva humanidad sin resentimientos ni deseos de justicia o venganza, es lo que nos potencializará mutuamente.

Juntos y no por separado, lograremos más, la mujer suele identificarse como sensible, cuidadosa, protectora, etc., estas características unidas a las del hombre, como lo son su fuerza, determinación, capacidad de accionar y centrarse en resultados, sin duda, que lograremos mucho más que por separado.

Estamos en una etapa de la humanidad, en donde además, tanto hombres como mujeres estamos desarrollar los dos hemisferios de nuestro cerebro, disfrutando de habilidades que se solían considerar propias de un género, femenino o masculino, por tal motivo, hoy en día podemos ver a hombres más involucrados en la crianza de los hijos, por ejemplo, y mujeres que salen a trabajar y ocupar puestos importantes en el ámbito empresarial, político, artístico, científico y deportivo, la invitación es: CRECER JUNTOS.

Reconocer a la mujer como pilar importante en la familia y la sociedad al igual que el hombre ha sido la encomienda de muchas mujeres a lo largo de la historia que han dejado un gran legado para que las mujeres de la actualidad y del futuro vivamos una vida en donde se nos respeten nuestros derechos, no es necesario más luchas, si tan sólo tanto los hombres como las mujeres nos reconocemos como iguales de importantes y valiosos en nuestra aportación única a la humanidad, llegaremos a la reconciliación de hombre y mujer, esta reconciliación comienza en cada uno de nosotros cuando integramos la parte femenina y masculina que forma parte de nuestro ser.

21 AL 26 DE ABRIL 2025 **USA**

FIDL

VIRTUAL 2025

FESTIVAL INTERNACIONAL DEL LIBRO

INSCRIPCIONES

https://bit.ly/fidl2025_reggistracion

ESCUCHENOS EN VIVO

https://bit.ly/luna9radiodigital

Revista FEM International emprende

La visibilidad efectiva para emprendedores y nuevos negocios

ESTADOS UNIDOS - MEXICO - PERU - COLOMBIA - ESPAÑA - FRANCIA - POLONIA - VENEZUELA - ECUADOR - ITALIA - JAPON - ARGENTINA - URUGUAY - NORUEGA - ALEMANIA - SUI

3 razones
para elegirnos

1. Audiencia local e internacional
2. Impacto en varios formatos
3. Inversión accesible

CONTACTANOS AQUI

fem
FEM
INTERNATIONAL
GROUP
Te acompaña
MARKETING
PARA
ESCRITORES
COMBINACION DE
estrategias y tácticas para
AUMENTA TU VISIBILIDAD
• Llegue a una audiencia global.
• Publicidad de promoción de sus libros.
• Publicidad en internet & Paid Media.
• Diseños creativos.
• Creación de marca personal.
• Entrevistas en programa cultural.
• Difusión en podcast.
¡NO TE QUEDES AFUERA,
SOLICITA MAS INFORMACION!
https://bit.ly/mkt_escritores
FEM International - Tel. +1 551.327.2498 - feyesperanzamag@gmail.com

UN NUEVO MUNDO
DE POSIBILIDADES...
PUBLICIDAD
DIGITAL

PAUTA CON NOSOTROS
PARA ESTADOS UNIDOS & MX

fem
FEM
INTERNATIONAL
GROUP

OFRECEMOS
SERVICIOS DE IMPACTO
Anuncios publicitarios en la revista FEM
Anuncios publicitarios en redes sociales
Publicidad en radio online
Diseño gráfico personalizado y exclusivo
Publireportajes

CREATIVIDAD &
INNOVACION

Tel: (201) 351-3907
WhatsApp: +1 5551.254.8201

Historias que inpiran,
negocios que triunfan.

LUNA 9
RADIO DIGITAL

MARTES DE
EMPRENDEDORES

MARTES
A LAS 10:00 AM

f luna9radio luna9radio luna9_radio
t.me/luna9radiodigital

¡Somos su estrategia comercial!

USTED TAMBIEN PUEDE HACER

PARTE DE NUESTRA

GUIA COMERCIAL | DIRECORIO NEGOCIOS

fem

FEM INTERNATIONAL GROUP

UN ESPACIO EXCLUSIVO PARA TU NEGOCIO

CONTACTENOS:

TEL: 1 (201) 351-3907

WHATSAPP: +1 5512548201

¡Separe su pauta ya!

entretenimiento

<< REGRESO A CONTENIDO

64 Calendario ChampionsLeague
65 Racing asalta Río y se consagró campeón de la Recopa sudamericana por primera vez
66 Edinson Cavani aceptó culpa de la eliminación de Boca Juniors y habló del gol fallido ante Alianza Lima
67 Manchester City sufrió ante un equipo de segunda división pero ganó sobre la hora y avanzó a loss Cuaros de final de la FA Cup

RD 16

RD 16

UEFA CHAMPIONS LEAGUE

QUARTER FINAL

QUARTER FINAL

SEMI FINAL

SEMI FINAL

FINAL

QUARTER FINAL

QUARTER FINAL

ROAD TO MUNICH 25

beIN SPORTS

ROUND OF 16
4/5 & 11/12 MARCH

QUARTER-FINALS
8/9 & 15/16 APRIL

SEMI-FINALS
29/30 APRIL & 6/7 MAY

FINAL
31 MAY

Jugadores de Racing posan tras coronarse campeones de la Recopa Sudamericana este jueves, en la final entre Botafogo y Racing en el estadio Olímpico Nilton Santos en Río de Janeiro (Brasil). EFE/ Andre Coelho

RACING ASALTA RIO Y SE CONSAGRA CAMPEON DE LA **RECOPA SUDAMERICANA POR PRIMERA VEZ**

Fuente: Agencia EFE Deportes

El Racing Club de Argentina se proclamó campeón de la Recopa Sudamericana por primera vez en su historia, después de superar 0-2 a un Botafogo desorientado y que dejó una imagen más que preocupante en el Nilton Santos de Río de Janeiro.

Con esta, es la octava vez que el campeón de la Copa Sudamericana, en esta ocasión Racing, se impone al de la Copa Libertadores, honor que le cabe al Botafogo, en la Recopa, certamen que se viene disputando desde 1989.

Racing confirma su dominio en Sudamérica

Matías Zaracho, que entró en el descanso para sustituir a Luciano Vietto, y Bruno Zuculini certificaron el título para el conjunto argentino con dos goles en veinte minutos de la segunda mitad.

La victoria en suelo carioca constató la enorme superioridad de los hombres de Gustavo Costas, que ya habían ganado sin problemas en la ida por idéntico resultado.

El cuadro de Avellaneda llevaba 36 años sin levantar un título internacional y en tres meses ha ganado dos: la Copa Sudamericana y esta Recopa en la que se enfrentó a un campeón de la Libertadores desconocido.

Botafogo es otro sin el brasileño Luiz Henrique y el argentino Thiago Almada, los dos fichajes más caros de la historia del club que pertenece al magnate estadounidense John Textor. Ambos hicieron las maletas rumbo a Europa y dejaron a oscuras al 'Fogão'.

EDINSON CAVANI ACEPTO CULPA DE LA ELIMINACION DE BOCA JUNIORS Y **HABLO DEL GOL FALLADO ANTE ALIANZA LIMA**

Fuente: Miguel Infobae, Solis Ruiz

Edinson Cavani fue pifiado por los hinchas de Boca Juniors previo al duelo con Rosario Central.

El delantero uruguayo rompió su silencio luego de fallar debajo del arco y no poder evitar la dolorosa derrota de los 'xeneizes' por la Copa Libertadores 2025

Edinson Cavani ha decidido hablar por primera vez después de la trágica noche en La Bombonera el pasado martes 25 de febrero. Su equipo Boca Juniors quedó eliminado a manos de Alianza Lima de la fase 2 de la Copa Libertadores 2025 después de afrontar la tanda de penales. El mismo delantero de 38 años pudo evitar la definición desde los doce pasos, pero falló increíble gol al último minuto.

El futbolista uruguayo comenzó aceptando la culpa de la derrota de los 'xeneizes' en el certamen Conmebol. "Somos responsables de lo que pasó. De haber quedado afuera, lo tenemos que asumir como grupo, porque somos nosotros los que salimos a la cancha, trabajar y laburar porque esto sigue, representamos al más grande y hay que dar la cara y revertir lo que pasó el partido pasado, que no pudimos clasificar".

Posteriormente, el popular 'Matador' compartió su sentir luego de pifiar su remate debajo del arco. "Mil veces la vi, son de esas jugadas que te quedan en la retina, por ser competitivo y querer lo mejor para el club, tus compañeros, el tema de los goles como hablé, no se trata de los goles que tengas, en el fútbol esas fatalidades pasan y solo te entristece un poco lo que pasó".

Por último, el exjugador de la selección de Uruguay señaló la forma de salir del mal momento. "Trabajando, como demanda esta camiseta, este club, hay que laburar y en momentos difíciles cerrarse, aguantar, estos momentos no quieres pasarlos, somos los primeros que no queremos, tratamos que todo fluya y buscar lo que quiere el hincha, hay que laburar, seguir trabajando, agachar la cabeza y las buenas van a venir solo si laburamos".

Hinchas de Boca Juniors no perdonan a Edinson Cavani y lo pifiaron

Edinson Cavani habló en la previa del duelo contra Rosario Central por la Liga Profesional Argentina, al igual que la hinchada de Boca Juniors. La 'doce' no le perdona la eliminación de la Copa Libertadores al delantero uruguayo y a sus compañeros, y lo manifestaron mediante pifias en La Bombonera.

Cuando anunciaron el nombre del 'Matador' en el coloso de Buenos Aires, cayeron los silbidos de los fanáticos. Lo mismo ocurrió con el defensor Marcos Rojo y el entrenador Fernando Gago, quien -de acuerdo a los periodistas argentinos- estaría dirigiendo su último partido ante el 'canalla'.

"Entiendo la incomodidad de la gente, pero de este lado hay mucha intención que todo salga bien, queremos que la gente disfrute pero las cosas no salen, pero no hay que renunciar, hay que enfocarnos en lo que sigue y en lo que viene", fue lo que dijo 'Edi' antes de ser pifiado por los simpatizantes de Boca Juniors.

Agustín Marchesín fue aplaudido en la Bombonera

Caso contrario ocurrió con el portero Agustín Marchesín, quien también fue uno de los señalados tras la eliminación de Boca Juniors ante Alianza Lima, ya que pidió su cambio a poco de que se realicen los penales en el duelo de vuelta por la segunda fase de la Copa Libertadores 2025.

El guardameta de 36 años recibió los aplausos de los hinchas 'xeneizes' cuando hizo su ingreso a la cancha de La Bombonera para realizar el calentamiento precompetitivo. Algo que causó mucha sorpresa en la previa del choque contra Rosario Central, pero fue destacado por el apoyo de los fanáticos hacia uno de los más experimentados.

MANCHESTER CITY SUFRIO ANTE UN EQUIPO DE SEGUNDA DIVISION, **PERO GANO SOBRE LA HORA Y AVANZO A LOS CUARTOS DE LA FA CUP**

Los Ciudadanos se impusieron 3-1 al Plymouth Argyle con los goles de Nico O'Reilly por duplicado y Kevin De Bruyne. Maksym Talovierov había adelantado al conjunto perdedor

Manchester City sufrió más de la cuenta para vencer 3-1 al Plymouth Argyle y avanzar a los cuartos de final de la FA Cup. Los últimos finalistas empezaron abajo en el resultado, al igual que en los 16avos ante Leyton Orient, pero lograron imponerse en el último tramo con el apoyo de su público en el Etihad Stadium.

El anteúltimo de la Segunda División le dio un baldazo de agua fría a los tetracampeones de la Premier League en el cierre del primer tiempo. A los 38 minutos, Maksym Talovierov convirtió el 1-0 con un buen testazo pegado a un palo después de un excelente centro del carrilero Matthew Sorinola desde el córner izquierdo.

El balón detenido fue el arma elegida para lastimar en las alturas, y también lo fue para los dirigidos por Pep Guardiola en los últimos segundos de esa etapa. La precisa pegada de Kevin De Bruyne estuvo seguida de un cabezazo de Nico O'Reilly en el tiempo adicionado. El joven de 19 años aprovechó su 1.93 de estatura para anticipar a todos en el primer palo y darle un rápido gol a los Ciudadano

En la orilla del tiempo reglamentario, Haaland falló un mano a mano, pero el rebote volvió a quedarle al noruego, que tuvo mucha sangre fría para mandar un buscapié a la llegada de De Bruyne. El mediocampista belga solo debió empujar la pelota a la red para el 3-1 final.

Esta derrota finalizó la participación en la competición del Plymouth Argyle, que se había quedado con el rótulo de Matagigantes en la ronda previa por eliminar a un Liverpool que tuvo a Luis Díaz y Darwín Núñez, pero preservó a Alexis Mac Allister y Mohamed Salah de su viaje al suroeste inglés.

Este rendimiento le permitió olvidarse por unos momentos de su flojo nivel en el Championship, debido a estar en el anteúltimo lugar sobre 24 equipos, en posición de descenso a la Tercera División. Logró 6 victorias, 12 empates y 16 derrotas en 34 presentaciones.

Por otro lado, Manchester City evitó profundizar su mal momento, luego de la eliminación ante Real Madrid en los Playoff de la UEFA Champions League. Además, sigue en carrera por el título ganado en siete ocasiones: lo levantó por última vez ante Manchester United en 2023 y los Diablos Rojos se tomaron revancha en la final del año siguiente.

Los Sky Blues volverán a jugar el próximo sábado desde las 9:30 (hora argentina) ante Nottingham Forest en un cruce decisivo por la Premier League porque una victoria haría superarlos en la tabla y posicionarse en la tercera colocación. Por otro lado, Plymouth está obligado a dar vuelta la página con rapidez porque este martes a partir de las 16:45 visitará al Hull City.

#ElSerySuEquipaje

El Ser y su Equipaje

Autocontemplar la maravilla de ser y de los seres, no, no tiene paralelo, tiene grandes bendiciones luminosas progresivas siempre.
El ser, espíritu y alma son compañeros perpetuos de su eterno creador, son compañía eterna. La conciencia, la mente, el sexto sentido con su inteligencia, sabiduría, intuición y ego… son total presencia de cristo. La voluntad, el amor infinito y la entrega total, son los procesos en la vida y la aceptación con voluntad, son inseparables del espíritu de la verdad que es el espíritu santo.

Adquiérelo YA

MARIA LIBRADA HINOJOSA

amazon amazonkindle

https://amzn.to/4dNsZBm

amazon.com BEST SELLING BOOK

SCAN ME!